

Les empanadas traditionnelles argentines en 3 recettes

Des recettes de Gonzalo Adlerete Pagés, chef du restaurant El Santa Evita à Buenos Aires

Pâte à empanadas maison
Pour une trentaine d'empanadas
Ingrédients

- 1 kg de farine
- 150 g de graisse de porc
- 18 g de sel
- 245 ml d'eau

1. Chauffer l'eau à 80° C et diluer la graisse de porc dans l'eau puis mélanger avec la farine en pétrissant le moins possible.
2. Laisser reposer au réfrigérateur pendant quatre heures avant de rouler jusqu'à une épaisseur de 3 mm.
3. Couper des cercles de 13 cm de diamètre.

Empanadas à la « Salta Style »
Pour une trentaine d'empanadas
Ingrédients

- 1 kg de bœuf maigre coupé en cubes de 5 mm
- 400 g d'oignon haché finement
- 250 g de pommes de terre vapeur coupées en dés de 5mm
- 6 œufs durs hachés
- 200 g d'oignons nouveaux hachés
- 200 g de graisse de porc
- 300 g de bouillon de bœuf riche en collagène
- 20 g de gros sel
- 5 g de cumin
- 3 g de piment séché moulu
- 20 g de paprika
- 4 g d'origan
- 3 g de poivre blanc

1. Faire revenir l'oignon dans 50 g de graisse, ajouter les condiments et le bœuf et faire cuire pendant 3 minutes jusqu'à ce que le bœuf blanchisse. Ajouter le bouillon chaud et les 150 g de graisse restants. Mélangez le tout, placez dans une bassine 30x20x10 et laissez refroidir au réfrigérateur pendant 12 heures.
2. Déposer les pommes de terre sur le mélange, puis l'œuf et l'oignon nouveau.
3. Remplir les moules à pâtisserie avec une cuillère à soupe, puis les refermer avec une pincée.
4. Pour cuire les empanadas, vous avez besoin d'un four qui atteint 400ºC, sinon nous vous recommandons de les faire frire.

Empanadas Ossobuco
Pour une trentaine d'empanadas
Ingrédients

- Jarrets de veau de 4kg coupés en tranches de 6 cm
- 3 oignons coupés en rondelles
- 1 poivron en julienne
- 5 branches de céleri hachées
- 1/2 litre de vin blanc
- 1 tasse de purée de tomates
- 1/2 tasse d'arôme barbecue fumé
- 1/2 litre de bouillon de poulet
- 5 feuilles de laurier
- 2 gousses d'anis étoilé
- 1 bâton de cannelle
- 3 clous de girofle
- 3 g de cumin
- 4 g de paprika
- 3 g de piment séché moulu
- Gros sel au goût

1. Faire revenir les tranches de jarret de veau dans une poêle et déglacer avec 1/2 tasse de vin. Mettre les légumes dans une casserole profonde avec le veau sur le dessus, le vin, le bouillon, la sauce tomate et la sauce barbecue puis ajouter les condiments et le sel.
2. Couvrir d'une feuille d'aluminium et mettre au four à 200º C pendant 4-5 heures, en vérifiant qu'il y a toujours du liquide pendant la cuisson.
3. Une fois que la viande est tendre, séparer le bouillon et les légumes, hacher la viande et ajouter jusqu'à 500ml de bouillon de cuisson. Mélangez, vérifiez le sel et laissez refroidir pendant 12 heures.
4. Si désiré, une fois que le mélange est froid, on peut ajouter des pommes de terre, de l'oignon de printemps et de l'œuf dur comme avec les empanadas Salta.
5. Préparer et faire frire les empanadas.

Empanadas au fromage

Pour une trentaine d'empanadas

Ingrédients

- 500 g de brie
- 200 g de fromage à pâte mi-dure râpé
- 500 g d'oignon finement haché
- 200 g de poivron rouge haché
- 200 g de pommes de terre vapeur coupées en dés de 5mm
- 5 œufs durs hachés
- 5 g de paprika
- 2 g d'origan
- Sel au goût
- 40 g de beurre
- 2 feuilles de laurier
- Muscade
- Poivre

1. Faire revenir l'oignon et le poivron dans le beurre avec les feuilles de laurier.
2. Ajouter les condiments et le sel.
3. Laisser refroidir et mélanger avec le fromage, l'œuf et les cubes de pommes de terre cuites. Remplissez et faites frire les empanadas.

Ces 3 recettes d'empenadas ont voyagé d'Argentine à la France avec l'aide de **l'Office de Tourisme de Buenos Aires**

LILIETGORDO.COM

LE GUIDE TACOS MEXICANOS

PAR



Kévin

Lili

@LILIETGORDO

LILI ET GORDO



Elle est originaire d'Acapulco, lui de Tres Rios (euh, Trois-Rivières). Lili et Kévin, deux chefs passionnés et amateurs de bons plats traditionnels d'ici et de là-bas, travaillaient ensemble dans un restaurant au Québec quand une folle envie de manger des tacos les a pris !

Problème : on n'assouvit pas une envie d'authentique taco en criant jalapeño !

Si d'abord une vieille cantine leur faisait de l'œil — lieu idéal pour une taqueria — ils ont finalement misé sur le commerce en ligne : les tacos, c'est bon à la maison et c'est bon partout dans la province !

Lilietgordo.com était née !

Ce guide se veut une simple et rapide introduction aux tacos mexicains et plus précisément les tacos offerts par Lili et Gordo.

Bonne lecture.

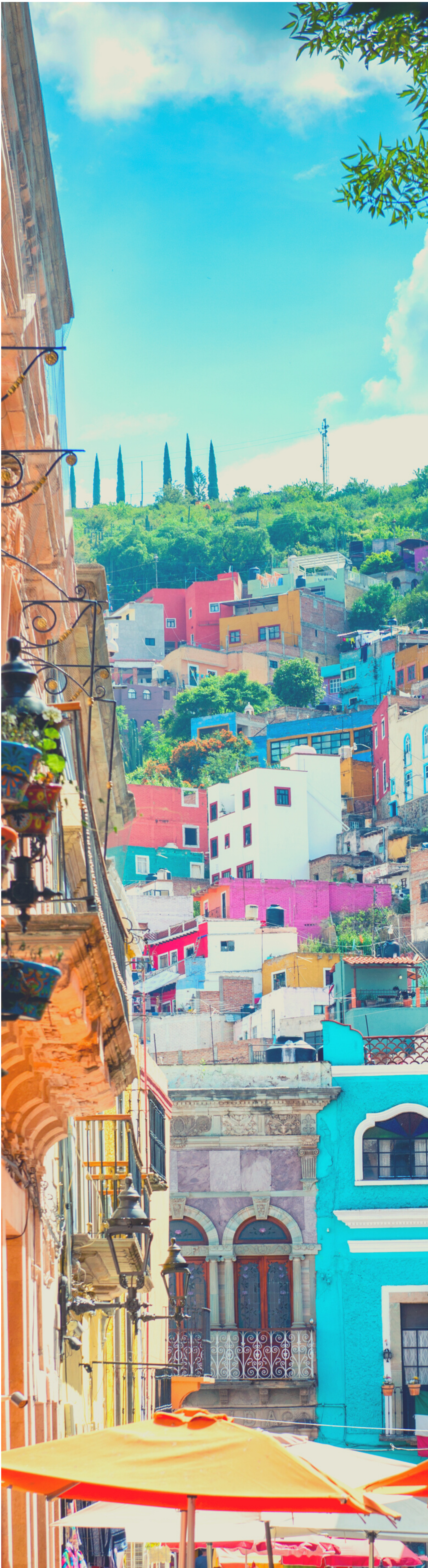
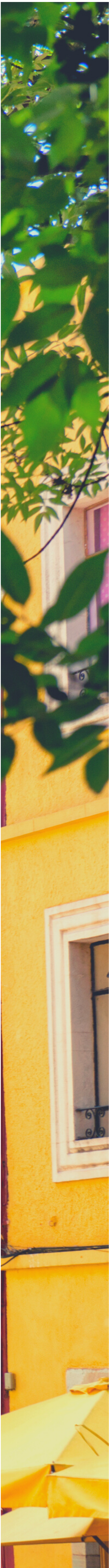


TABLE DES MATIÈRES









TACOS COMME AU MEXIQUE

Oublie ce que tu penses savoir sur les tacos, en particulier si cette connaissance provient principalement de divers restaurants mexicains de style américain.

Pour commencer, **les tacos sont presque toujours servis dans des tortillas de maïs souples.** Il est possible de trouver des tortillas fait de farine de blé mais surtout au nord du Mexique. Pour ce qui est des coquilles jaunes croustillantes, elles sont loin du taco original, c'est du Tex-Mex pure qui nous vient du Texas. *(C'est vraiment pas notre style mais si tu aimes ça aussi on ne t'en veux pas. Kévin(Gordo) avoue avoir aimé bien ça dans sa jeunesse.)*

Deuxièmement, le boeuf haché ce n'est certainement pas le remplissage standard. En fait, il n'y a pas de remplissage standard. *(Mais pour nous, le bœuf haché, c'est non!)*

Les tacos sont partout au Mexique. Tu en trouvera dans quelques restaurants avec service à la table, mais les meilleurs tacos sont généralement servis dans la rue. Les familles peuvent posséder le même stand de rue pendant des décennies et la plupart des stands se spécialisent dans un ou deux types de tacos. Nous parlons de générations entières d'une famille dédiée uniquement aux tacos. Alors oui, les gens prennent leurs tacos au sérieux.



LA TORTILLA DE MAÏS

De bonnes tortillas sont essentielles pour de délicieux tacos mexicains authentiques. La plupart des vendeurs de tacos fabriquent leurs propres tortillas à la main ou les achètent frais dans une tortilleria locale.*(C'est ce que l'on fait. Nos tortillas sont fabriqués ici au Québec dans une tortilleria artisanale)*

Quoi qu'il en soit, les tortillas artisanales sont mieux consommée **chaudes**. Il n'y a rien de pire qu'une tortilla sèche et friable à température ambiante. *(Pour la réchauffer, bien sur que le micro-onde est rapide mais sommes-nous si pressé? Prendre le temps de réchauffer chaque tortilla(décongelée) dans une poêle très chaude quelques secondes de chacun des cotés est la meilleure façon pour des bons tacos)*

5 TACOS POPULAIRES ET AUTHENTIQUES

Il y a tellement de types de tacos qu'il serait impossible de tous les cataloguer. **Presque tout peut être, et a probablement quelque part, déjà été plié dans une tortilla et appelé un taco.** Des carottes aux cactus en passant par des tacos de pis de vache*(Si si ça existe ! Rien ne se perd il parait...)*. Dans certaines région, comme à Oaxaca, ce sont les sauterelles frites qui sont une garniture populaire. *(!!!!!!)*

Bref, il existe des centaines de tacos mais **certains sont plus populaires et délicieux** que d'autres. *(Nous te rassurons... Nos tacos, chez Lili et Gordo, sont tous appétissants et te feront pas plisser le visage ou sourciller comme tu viens probablement de le faire)*



AL PASTOR



L'une des garnitures de tacos les plus délicieuses est le taco al pastor. **Le porc mariné est cuit lentement plusieurs heures** et est semblable au shawarma ou à la viande de kebab turque. Ce plat a été introduit pour la première fois dans le centre du Mexique(Puebla) par des immigrants libanais.

Des morceaux de viande sont coupés en tranches avec un couteau et servis avec des oignons, de la coriandre et des tranches d'ananas, qui donnent aux tacos une saveur acidulée. *(Au mexique, lorsque tu veux des oignons et de la coriandre dans ton taco, tu demandes au taquero «Con Todo» (avec tout). C'est le «All dress» version pour taco)*

La version faite de porc est l'originale mais plusieurs Taquerías offrent maintenant le taco al pastor avec du poulet. *(C'est cette version que nous offrons chez Lili et Gordo)*



CARNITAS

Le taco de carnitas est **l'un des taco des plus cochon**. De grosses sections de porc sont d'abord braisées dans du lard quelques heures puis ensuite frites dans ce même lard. Au Mexique, lorsque tu commandes dans une taquería, il est possible de préciser si tu souhaites une partie particulière du porc (longe, joue, ou même globe oculaire) ou simplement demander des mixtas de carnitas. C'est une option savoureuse même si cela signifie que tu pourrais peut-être manger un peu de globe oculaire. (On s'entend que c'est pas pour tout le monde)

Chez Lili et Gordo, on te promet qu'il n'y a pas de globe oculaire dans notre recette ! Nous utilisons de la soc de **porc du Québec** de qualité (épaule et dos) et le résultat est tout juste aussi savoureux.

COCHINITA PIBIL



La cochinita pibil est l'un des **plats typiques de la cuisine mexicaine**. Originaire de la péninsule du Yucatan, dans le sud du pays, son utilisation s'étend aujourd'hui à tout le Mexique.

Le nom de ce plat est dérivé de la langue maya. Pour les anciens habitants du sud-est du Mexique, qui étaient pour la plupart des Mayas, «Pib» ou «Pibil» était une méthode de cuisson de la viande.

En fait, «Pib» signifie enterré ou cuit sous terre. C'est dans un four sous terre et construit avec de la pierre ou du bois, que les aliments, enveloppés dans des feuilles de bananier, sont mis à cuire. Cette méthode permet à la viande d'être extrêmement tendre.

Chez Lili et Gordo, nous préparons la cochinita de façon plus contemporaine dans un four régulier mais la base traditionnelle de ce plat est la même, soit une marinade préparée avec l'épice signature du Yucatan, l'achiote(aussi appelé annatto).

MIXIOTE

Ce plat est cuit en sauce généralement avec des piments et des herbes aromatiques et peut être préparé avec n'importe quel ingrédient, y compris du lapin, du bœuf, du porc, du poulet, du poisson ou des légumes. *(En fait, c'est une papillote!)* Le mixiote se mange tel quel ou en taco.

Le terme «mixiote» désigne une membrane mince et obtenue à partir de feuilles de maguey (C'est une variété d'agave). Malgré l'origine de son nom, il est peu probable que tu trouves au Mexique des mixiote préparée avec la vraie feuille. La plupart des gens préparent le plat en utilisant du papier sulfurisé régulier.

Chez Lili et Gordo, **notre recette de mixiote est végétarienne** et à base de champignon, de **nopal(cactus)** avec de la courgette. C'est l'idéal si tu préfères une variété de **taco plus sain et délicieux** avec ses aromates tel que le piment guajillo.

TINGA

Pendant la période coloniale, les cuisiniers de l'état de Puebla au Mexique ont inventé les tingas, qui sont un véritable mariage entre l'Espagne et le Mexique. En utilisant **un mélange d'aliments européens et mexicains avec une méthode de cuisson européenne**, le tinga est devenu l'un des plats les plus populaires au Mexique.

Habituellement, le plat est préparé avec du poulet, de la tomate, des piments chipotle et de l’oignon. Le tout est mijoté en sauce et il existe différentes versions selon la région et la personne qui cuisine.

Les variantes inclus du porc, du bœuf, des champignons et même de la **fleur d’hibiscus** comme dans la **recette de tinga végétarien de Lili**.

Dans la tinga de Lili, tu découvriras le piment morita. Ce sont des petits jalapeños ou serranos, qui sont laissés à murir et à sécher sur le plant avant d'être fumés.



LES GARNITURES

Même si une garniture secondaire est incluse avec chaque tacos de Lili et Gordo, il est coutume d'ajouter plusieurs garnitures dans les tacos. Par exemple, même le plus petit stand de tacos au Mexique aura au moins une demi-douzaine d'options pour compléter les tacos. *(Petit conseil: Résiste tout de même à l'envie de surcharger ton taco...)*

La lime est probablement la plus importante de toutes les garnitures. Une pression rapide ajoute un soupçon d'acide qui fait ressortir magnifiquement les saveurs du taco. Les garnitures fraîches les plus populaire sont souvent les **oignons** crus et la **coriandre**.

D'autres garnitures typiques sont le «pico de gallo», la guacamole, des piments ou des oignons sautés (Notre garniture de «cebollitas toreadas» inclue avec nos tacos de carnitas en sont un exemple. Ce sont des oignons sautés avec un assaisonnement populaire au Mexique, la sauce «Maggi»).

LES SAUCES

Le piquant au Mexique c'est un choix et la plupart des stands de tacos proposent au moins deux salsas maisons différentes pour pimenter les tacos.

Chez Lili et Gordo, nos principales salsas sont la salsa verde(douce) et la salsa roja(épicée) qui sont les essentielles pour des tacos.

Dans la cuisine mexicaine, la salsa verde est généralement à base de tomatille. Les tomatilles sont de la même famille que les tomates, mais ils sont plus proches de la groseille ou de la cerise de terre. Elles sont appréciées dans le monde culinaire pour leur légère acidité qui se marie très bien avec les saveurs fougueuses. Ainsi, au Mexique, la salsa verde est généralement une salsa à base de tomatilles mélangées à des piments, des oignons et d'autres ingrédients.

La salsa roja est l'une des salsas mexicaines les plus connues. Elle est préparée avec des tomates rouges mûres pour lui donner sa couleur rouge vif caractéristique. La plupart des recettes comprennent des oignons, de l'ail et des piments.



LES BOISSONS

Comme les tacos, il existe une multitude de breuvages traditionnels mais concentrons nous sur ce qui accompagne parfaitement les tacos.

La vie du peuple mexicain ne serait pas la même sans ses délicieuses Agua de Jamaica et Horchata...

AGUA DE JAMAICA

La fleur d'hibiscus est un aliment omniprésent dans la culture mexicaine. Cependant, elle n'existerait pas au Mexique sans la route commerciale que l'Espagne a établie il y a des siècles.

Dès que la fleur a été introduit sur la côte d'Acapulco (Guerrero), les habitants du littoral ont réalisé son potentiel. L'agriculture a commencé à grande échelle et n'a jamais cessé.

Aujourd'hui, c'est précisément l'État de Guerrero qui est à la tête de la production florale mexicaine, avec quelque 18 000 hectares plantés par plus de 6 000 agriculteurs.

On trouve maintenant des vins, des confitures, des conserves, des quesadillas, des sauces, des soupes, des liqueurs, des desserts et des tacos. De plus, il est devenu un ingrédient essentiel de la cuisine végétarienne.

Mais **c'est en breuvage que la fleur d'hibiscus est la plus populaire.**

Avec notre **sirop concentré de fleur d'hibiscus**, il est simple de faire l'agua de Jamaica. Il suffit de diluer 1 part de sirop d'hibiscus avec 4 part d'eau et de la glace.

Les Mexicains on tendances à la boire très sucré mais si tu la préfère moins sucrée, il suffit d'ajouter de l'eau.







HORCHATA

C'est une boisson très populaire et se retrouve dans presque tous les restaurants, marchés ou rues.

L'horchata est arrivée au Mexique par la colonisation espagnole, qui l'a prise par tradition à Valence, en Espagne. N'ayant pas de noix tigré, **c'est avec le riz que la boisson est réalisée** le plus souvent. En plus du riz, les autres ingrédients principaux sont la cannelle, le sucre et la vanille.

BIÈRE

Bière et tacos, c'est un mariage classique que nous avons probablement tous essayé à un moment ou à un autre. Bien que n'importe quelle bière puisse être un bon accord pour les tacos, certains styles rendent nos papilles plus réceptives aux saveurs mexicaines.

Les **bières Mexicaines** que tu peux trouver facilement sont la **Modelo Especial** et la **Corona**. Ce sont des lager blonde donc parfaites avec tous les tacos.

Nos suggestions de bières:

- **Lager Blonde:**
  Se combine à tout
- **American Pâle américaine:**
  Pastor et Carnitas
- **Brown Ale:**
  Cochinita
- **Pilsner:**
  Mixiote / Tinga végétariens

VINO

Finalement, au Québec, nous aimons bien boire du vin avec nos repas alors si jamais c'était le cas avec les tacos, voici ce qu'il faut savoir.

La cuisine mexicaine est pleine de complexité et de vivacité des saveurs. Il n'y a donc rien de mieux que des vins acides et persistants en bouche, comme ceux offerts par le **Sauvignon Blanc**, le **Chardonnay** ou les **Rieslings** secs. Du coté des rouges, nous suggérons un **Pinot noir** ou un **Tempranillo**.

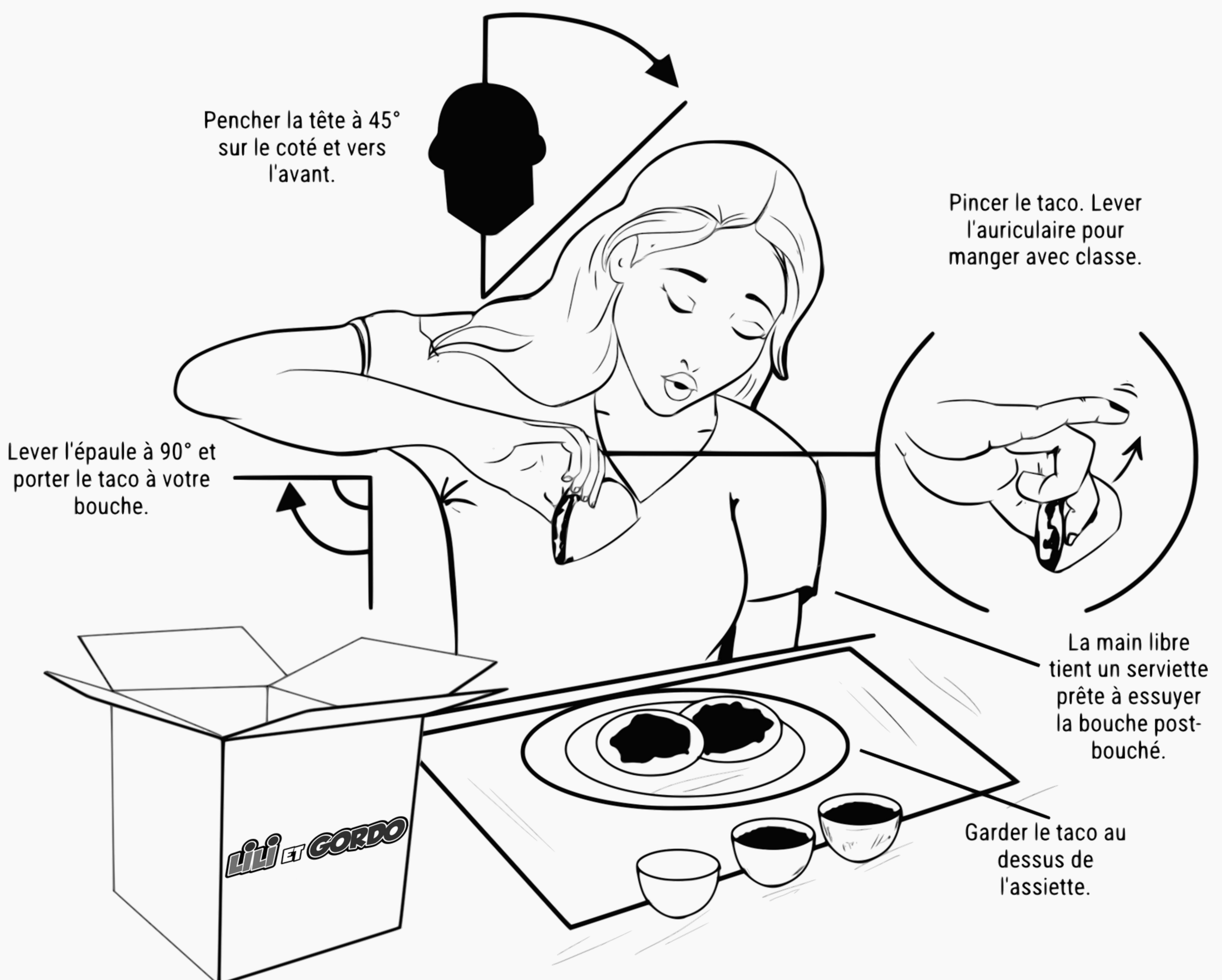
Et savais-tu que le Mexique produit du vin depuis plusieurs siècles... mais là toute une longue histoire...

COMMENT MANGER UN TACO

Pour réussir à manger un taco sans créer de gros dégâts, procéde comme suit:

1. Ne surcharge pas ton taco, aussi tentant que cela puisse être.
2. Pince le taco au centre.
3. Penche la tête sur le coté à 45 degrés et vers l'avant.
4. Lève l'épaule à 90 degrés et amène la bouche vers le taco.
5. Garde le taco au dessus de l'assiette.
6. Une fois le taco entamé, ne le repose pas.
7. Garde une serviette dans l'autre main pour t'essuyer la bouche post-bouché.

Bonne chance et bon tacos!









LILI ET GORDO

LILIETGORDO.COM





Empanadas de carne et matambre

Empanadas de carne (pour 4 personnes)

- Un rouleau de pâte feuilletée
- 250gr de viande de boeuf hachée
- Huile d'olive
- 1 œuf
- 2 oeuf durs
- 1 oignon émincé
- 1 poivron rouge émincé
- 1 càc de cumin
- 1càc de piment doux
- 1càc d'origan
- Sel
- Poivre du moulin

1/ Préchauffez le four à 180°.
2/ Dans une casserole, versez un filet d'huile d'olive, faites revenir les légumes et réservez.
3/ Dans la même casserole, ajoutez un peu d'huile d'olive et faites revenir la viande à feu vif.
4/Une fois la viande colorée, ajoutez les légumes et continuez la cuisson pendant 10 min, à feu doux.
5/ Abaissez la pâte et à l'aide d'un emporte-pièce, coupez des cercles de 14 cm de diamètre.
6/Retirez du feu, incorporez les épices et ajoutez l'oeuf dur coupé en petits morceaux, mélangez bien et laissez reposer la farce pour avoir un goût plus intense.
7/ A l'aide d'une cuillère, garnissez les ronds de pâte avec la farce. Mouillez légèrement le bord de la pâte au doigt avec un peu d'eau et pliez les empanadas en demi-lune. Soudez les bords et écrasez doucement la pâte sur le bord à l'aide d'une fourchette.
8/ Disposez les empanadas sur une plaque couverte de papier sulfurisé, badigeonnez-les avec un oeuf battu, et laissez cuire au four, une quinzaine de minutes.



Matambre (pour 4 personnes)

- 1,5kg de viande de veau « flanchet »
- 2 carottes
- 1 poivron
- Petits oignons
- Persil
- 1 gousse d'ail
- 3 œufs durs
- 1 œuf
- 1 tasse de parmesan râpé
- Sel
- Poivre du moulin
- Ficelle

Accompagnement :

- 3 patates douces
- 3 pommes de terre
- 2 oignons
- Huile d'olive

1/ Blanchissez les carottes dans l'eau 2min et coupez-les en fines tranches. Réservez
2/ Emincez le persil et l'ail, mettez-les dans un bol avec l'œuf, le parmesan, le sel et le poivre et mélangez bien.
3/ Etirez la viande, posez le coté graisse sur la table pour la cuire au four, (ou vers le haut pour le bouillir) et enlevez le surplus de graisse.
4/ Badigeonnez la viande sur toute la surface avec le mélange que vous venez de faire.
5/ Sur le bord de la viande, placez les œufs durs, l'un à côté de l'autre, un peu plus loin les carottes, le poivron en lamelles et les petits oignons.
6/ Enroulez doucement en serrant bien fort pour que les œufs ne s'échappent pas !
7/ Bardez la viande avec de la ficelle pour maintenir le rouleau pendant la cuisson. Posez la viande sur une plaque de four et disposez également les pommes de terre, les oignons et les patates douces coupées en morceaux, ajoutez un filet d'huile d'olive sur les légumes.

8/ Enfournez le tout pendant 45min dans un four préchauffé à 180°. (Ou le faire bouillir dans un bouillon pendant 1h, laisser refroidir et l'aplatir, c'est-à-dire mettre dessus une planche en bois et un objet lourd toute une nuit au frigo.)

Regardez la préparation en vidéo : http://www.rtbf.be/tv/emission/detail_un-gars-un-chef/recettes/article_empanadas-de-carne-et-matambre?id=8902381&emissionId=5931



EMPANADAS AU THON



La recette

Ingrédients :

• 1 boîte de thon
• Persil.
• 1 oignon
• 1 gousse d'ail.
• Des graines de pavot
• Des tomates fraîches, c'est la saison ou une boîte de tomates en conserve pour ceux qui feront la recette en hiver.
• De la tapenade d'olives noires ou des olives dénoyautées.
• 1 pâte brisée, maison c'est meilleur.
• Huile d'olive.
• Sel, poivre du moulin.

Préchauffez le four à 180°.

Émincez les oignons et l'ail, ciselez le persil.
Dans un poêle faites revenir les oignons avec les tomates coupées en morceaux.
Ajoutez le thon émietté, l'ail et le persil, laissez mijoter 15 mn environ, la garniture ne doit pas être liquide.
Salez, poivrez.
Ajoutez la tapenade et mélangez bien.

Étalez la pâte, vous pouvez la séparer en 2 morceaux et ajouter les graines de pavot à l'une d'entre elles.
Découpez des cercles de pâte de 10 cm environ à l'aide d'un bol ou un cercle.
Disposez une cuillère de garniture au centre des cercles.
Mouillez les bords des cercles, et fermez en deux en appuyant bien.
Cassez l'œuf, mettre le jaune dans un bol et y ajouter un peu d'eau, mélangez et badigeonnez les chaussons à l'aide d'un pinceau.
(Vous pouvez congeler le blanc pour le réutiliser dans vos prochaines recettes dessert).

Disposez les chaussons sur une plaque de cuisson et enfournez pour environ 30 mn, surveillez bien la cuisson.

Servir avec une salade.

Bon appétit, prenez soin de vous et restez vigilant.

Stéphane PIAO

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION	Entrée
EMPANADAS	

Matériel :	**Denrées** :
- Planche à découper - Plaque à débarrasser - Couteau - Spatule - Cuillère - Casserole - Calottes - Emporte pièces - Plaque de cuisson / rouleau à pâtisserie	800 g de maïzena 350 g de viande hachée 500 g de pommes de terre 1 oignon 500 g de petits pois 1 bouillon cube

Mode opératoire :

1 – Préchauffer le four à 180°C

2 – Réaliser la pâte en mélangeant la maïzena, un peu d'eau et de sel et de colorant alimentaire

3 – Décontaminer les pommes de terre, éplucher et tailler en dés

4 – Déposer dans une sauteuse ou casserole ; la viande hachée, les pommes de terre et l'oignon

5 – Couvrir avec de l'eau jusqu'à 3 ou 4 cm

6 – Ajouter un peu de sel fin, le cube de bouillon et les petits pois pour réaliser la farce

7 - Laisser cuire à couvert en mélangeant très régulièrement jusqu'à évaporation totale de l'eau

8 – Etaler la pâte en une couche très fine

9 – Découper des cercles de pâte à l'emporte pièces

10– Garnir les demi- cercles avec la farce

11– Refermer les cercles et sceller les empanadas à l'aide d'une fourchette

12– Cuire au four

Critères de qualité :	**Conditions de réussite** :
Respecter les principes de la marche en avant	
Conditionnement :	**Stockage** :
Sur assiette à entrée	Service en liaison chaude

Empanadas

Ingrédients pour 10 moyens ou 5 gros :

Pour la pâte :
- 375g de farine
- 120 à 150 ml d'eau
- 80 ml d'huile d'olive
- Sel

Pour la garniture au thon :
- 3 tomates
- 1 oignon
- 1 c.à.s. d'huile d'olive
- 1 œuf dur
- 1 boite 160g de thon à l'huile
- 75g d'olives vertes dénoyautées
- 1 jaune d'œuf pour dorer
- sel et poivre

OU

Pour la garniture à la viande :
- 500g de bœuf haché
- 4 oignons
- 1 c.à.c bombée de paprika
- 1 c.à.c bombée de cumin, 1 de cumin
- 1 poivron vert
- 1 c.à.c de sucre
- 1 jaune d'œuf pour dorer
- environ 2 petites boites de concentré de tomates ou ½ tube

Commencer par faire la pâte : mettre dans le robot, la farine et l'huile d'olive, ajouter le sel et malaxer. Ajouter l'eau petit à petit jusqu'à formation d'une boule élastique mais qui ne colle pas aux doigts. Laisser reposer à température ambiante.

Préparation de la garniture au thon :

Eplucher l'oignon, l'émincer finement et le mettre à revenir dans une poêle avec l'huile d'olive. Y ajouter les tomates pelées et coupées en cubes, le thon émietté, les olives coupées en rondelles et l'œuf dur coupé lui aussi en petits morceaux. Saler et poivrer puis laisser mijoter au moins 10 minutes.

Préparation de la garniture à la viande :

Eplucher les oignons, les émincer finement et les mettre à revenir dans une poêle avec l'huile d'olive. Quand ils sont translucides y ajouter la viande hachée et le poivron finement coupé. Mettre les épices, l'origan, le concentré de tomates et le sucre ; bien mélanger. Saler et poivrer. Laisser mijoter au moins 15 minutes sans laisser dessécher la préparation. Eventuellement mouiller avec un bouillon de volaille.

Confection des empanadas :

L'idéal est d'avoir des moules à chaussons. Etaler la pâte et faire des disques.

Remplir la moitié du disque avec une garniture au choix, mouiller avec de l'eau le contour du disque ; fermer le disque en pressant fermement les bords. Avec une fourchette, faire des stries sur le contour du demi-disque. Il faut que les bords soient bien soudés sinon les chaussons vont s'ouvrir à la cuisson.

Dorer avec le jaune d'œuf. Enfourner sur une feuille de cuisson ou du papier sulfuriser. Laisser cuire environ 30 minutes à 220°C.
Servir avec une salade ou en apéritif.

Accord met et vin : **Vous arrivez à trouver des vins d'Amérique Latine dans les grandes surfaces mais ils ne sont pas d'une grande qualité ; parfois certains cavistes en ont et là mais vous y trouverez plutôt du rouge (Malbec) ;**

Avec les empanadas au thon je conseille un rosé, Bandol, Côtes de Provence, Corse ou un Picpoul de Pinet et avec ceux à la viande plutôt un rouge, un minervois, un Faugère et même un pinot noir d'alsace.



Empanadas de Mendoza {Empanadas argentines au boeuf}

★★★★★

Les Empanadas de Mendoza traditionnelles argentines sont cuites au four et fourrées d'une garniture Picadillo au boeuf, oignons, paprika, piment, cumin, origan, œuf et olives.

Type de plat	apéritif, Entrée
Cuisine	Argentine, espagnole, Sud Américaine
Keyword	empanadas argentine, empanadas boeuf

Temps de préparation	1 heure
Temps de cuisson	25 minutes
Temps total	2 heures

Portions	20 empanadas moyennes

Ingrédients

Pâte à empanadas de Mendoza - pour environ 20 empanadas moyennes ou 30 petites empanadas

- 360 g de farine
- 1 jaune d'œuf
- 115 g de gras – saindoux ou beurre ou bien un mélange des deux
- 150-200 ml de lait tiède
- 0.5 cuillère à café de sel

Graniture de picadello de bœuf

- 500 g de bœuf haché
- 2 oignons blancs coupés en petit dés
- 115 g de saindoux ou beurre
- 2 cuillères à soupe de paprika fumé
- 2 cuillère à café de poudre de chilli ou autre piment
- 1 cuillère à soupe d'origan frais finement haché
- 0.5 cuillère à soupe de cumin moulu
- 1 botte d'oignons verts finement hachés
- 3 œufs durs coupés en rondelles
- 40 g d'olives vertes coupées en petites tranches
- Sel et poivre au goût
- 1 oeuf blanc et jaune séparés et légèrement battu

Choix des sauces en accompagnement

- Sauce chimichurri traditionelle
- Sauce chimichurri au vinaigre balsamique
- Sauce chimichurri rapide
- Sauce Aji criollo
- Sauce piquante de tamarillo

Instructions

Pâte à empanadas

1. Mélanger la farine et le sel dans un robot de cuisine, faites-le tourner jusqu'à ce qu'ils se mélangent parfaitement
2. Ajouter le saindoux ou beurre. Bien mélanger.
3. Ajouter le jaune d'œuf et le lait en petites quantités, mélanger jusqu'à ce que de petits amas de pâte commencent à se former.
4. Former quelques boules, pus les aplatir en disque et laisser reposer au réfrigérateur 30 minutes environ.
5. Sur une surface légèrement farinée, étaler la pâte en une fine couche et découper des formes de disques ronds à empanadas (utiliser des moules ronds ou une petite assiette).
6. Utilisez les disques à empanadas immédiatement ou conservez-les au réfrigérateur / congélateur jusqu'à ce que vous soyez prêts à les utiliser.

Garniture de picadello de bœuf et assemblage des empanadas

1. Mélanger le bœuf haché, le paprika, le poivre rouge, le cumin, le sel et le poivre dans un grand bol, mélanger tous les ingrédients ensemble et réfrigérer jusqu'à utilisation.
2. Faire fondre le saindoux dans une grande poêle ou une sauteuse, ajouter les oignons et le sel, faire cuire jusqu'à ce que les oignons soient tendres, 8 minutes environ.
3. Ajouter le mélange de viande aux oignons et cuire à feu moyen jusqu'à ce que la viande soit cuite. Remuer fréquemment.
4. Laisser le mélange de viande ou picadillo refroidir, mélanger ensuite les oignons verts hachés et l'origan haché.
5. Pour confectionner les empanadas ajouter une cuillerée du mélange de viande au centre de chaque disque à empanadas, puis ajouter une tranche d'œuf et des tranches d'olives.
6. Badigeonnez les bords du disque à empanadas de blanc d'œuf, vous pouvez également utiliser de l'eau mais le blanc d'œuf constitue une colle naturelle qui permet de souder les empanadas.
7. Pliez les disques à empanadas et soudez les bords délicatement avec vos doigts, pliez et tourner les bords des empanadas avec vos doigts et pour ultime étape utilisez une fourchette et appuyer pour terminer de souder les empanadas.
8. Badigeonnez légèrement le dessus des empanadas avec le jaune d'œuf; Cela leur donnera un bel aspect doré et brillant une fois cuits.
9. Laissez les empanadas reposer au réfrigérateur pendant 30 minutes environ jusqu'au moment de les cuire.
10. Préchauffer le four à 200°C et cuire pendant 20-25 minutes environ.
11. Servir chauds avec de la sauce chimichurri ou autres sauces de trempage.

Notes

Toutes les recettes d'empanadas, sucrées, salées, et leurs sauces.

Variation des empanadas de viande de boeuf aux saveurs équatoriennes et sud Américaines.



EMPANADAS AUX BANANES PLANTAINS, AUX RAISINS SECS ET AU NUTELLA®

Tortillas / Empanadas | Matinée | Après-midi | Toute l'année | Banquet

| 1 heure |

Nombre de portions : 20
Portion individuelle : 1 empanada

INGRÉDIENTS

- 510 g de farine de blé
- 450 g de beurre non salé
- 6 bananes plantains moyennes
- 120 ml de sirop d'érable
- 4 g de sel
- 90 g de raisins secs sans pépins
- 3 et ⅛ de c. à soupe d'huile de colza

- 50 g de noisettes
- 60 g de sucre glace, à saupoudrer
- 340 g de Nutella®

PRÉPARATION

Préparez une pâte à tarte selon votre recette préférée.

Préparez la purée de plantains au sirop d'érable : Faites bouillir l'eau avec le sel.

Ajoutez les bananes plantains et faites mijoter pendant 10 minutes jusqu'à ce qu'elles soient tendres à la fourchette.

Égouttez les bananes plantains.

Puis, réduisez les bananes plantains en purée à l'aide d'un presse-purée.

Ajoutez les bananes plantains en purée au bol d'un robot pâtissier d'une capacité de 4,7 litres avec fouet.

À basse vitesse, ajoutez les raisins secs, les noisettes, le beurre et le sirop d'érable et mixez jusqu'à ce qu'ils soient bien incorporés.

Arrêtez le robot et mélangez-le tout en passant sur les bords du bol, puis mixez à nouveau pendant 30 secondes.

Ne mixez pas trop longtemps.

Puis, placez le mélange sur une grille métallique pour le laisser refroidir à température ambiante.

Sur une planche à découper légèrement farinée, divisez la pâte à tarte en 20 portions de 70 grammes.

Passez la pâte au rouleau à pâtisserie pour obtenir des cercles de 10 cm de diamètre chacun.

Placez 120 mg de la purée de bananes plantains au sirop d'érable au centre des ronds de pâte à tarte.

Repliez un côté de la pâte à tarte sur l'autre pour former une demi-lune.

Utilisez une fourchette pour refermer les côtés extérieurs de la pâte à tarte. Servez les empanadas chaudes.

Au moment du service, faites frire les empanadas jusqu'à ce qu'elles soient brun doré et qu'elles aient flotté dans l'huile pendant 6 à 10 minutes.

Placez les empanadas frites sur une assiette.

Avec une poche à douille, décorez les empanadas de lignes de Nutella® et saupoudrez le tout de sucre glace.